

Přílohy

Příloha č. 1 – dotazník

1. Pohlaví

Vyberte jednu z možností

- muž
- žena

2. Jste stále aktivní, nebo už jste ukončil/ukončila kariéru?

Vyberte jednu možnost

- jsem stále aktivní
- už jsem ukončil/ukončila kariéru

3. Jaký jste ročník narození?

Vyberte jednu z možností

- 1980 a starší
- 1981-1990
- 1991-2000
- 2000 a mladší

4. Jaká je vaše výška – FIS míra?

Otevřená odpověď

5. Jaká je vaše výška – klasická?

Otevřená odpověď

6. Jaká je vaše délka lyží?

Otevřená odpověď

7. Jaká je vaše závodní hmotnost?

Otevřená odpověď

8. Jak se liší/lišila vaše závodní hmotnost od hmotnosti mimo sezónu?

Vyberte jednu z možností

- neliší se
 - mimo sezónu jsem těžší maximálně o 2 kg
 - mimo sezónu jsem těžší o 2-5 kg
 - mimo sezónu jsem těžší o více než 5 kg
 - jiné
- 9. Změnila se nějak tvá hmotnost po tom, co jsi ukončil/ukončila kariéru? (tato otázka se zobrazila jen respondentům, kteří jsou již neaktivní ve skocích na lyžích)**

Vyberte jednu z možností

- ne nezměnila
 - zhubl/zhubla jsem
 - přibral/přibrala jsem maximálně 5 kg
 - přibral/přibrala jsem 6-10 kg
 - přibral/přibrala jsem více než 10 kg
 - jiné
- 10. Užíval/užívala jsi někdy nějaké přípravky za účelem rychle dosáhnout nižší hmotnosti?**

Můžete označit více odpovědí

- ne nikdy
- alkohol
- káva
- speciální diuretické přípravky (ty, které podporují odvodnění organismu)
- projímadla
- jiné

11. Provozoval/provozovala jsi někdy nějaké aktivity za účelem rychle dosáhnout nižší hmotnosti?

Můžete označit více odpovědí

- ne nikdy
- saunování
- běh v neprodyšném oblečení
- hladovky
- vyvolání zvracení

- jiné

12. Nahrazoval/nahrazovala jsi někdy jídlo něčím, co ti pomůže zbavit se pocitu hladu?

Můžete označit více odpovědí

- ne nikdy
- tabák
- alkohol
- větší množství tekutin
- jiné

13. Byl na tebe někdy vyvíjen nátlak v souvislosti s tvou hmotností? (např. když nebudeš mít požadovanou hmotnost, tak nepojedeš na soustředění/závody a podobně)

Vyberte jednu z možností

- ne, nebyl
- ano, byl
- jiné

14. Jsi spokojený/spokojená se svou postavou? Byl/byla jsi během své aktivní kariéry spokojený/spokojená se svou postavou?

Vyberte jednu z možností

- ano, je/byla ideální pro skoky i pro běžný život
- je/byla ideální pro skoky, pro běžný život bych chtěl/chtěla být těžší
- ne, chci být hubenější/chtěl/a jsem být hubenější
- potřebuji být lehčí kvůli skokům/potřeboval/a jsem být lehčí kvůli skokům
- jiné

15. Na co se nejvíc těšíš na konci sezóny?

Můžete označit více odpovědí

- odpočinek
- čas strávený s rodinou a kamarády
- až se budu moct pořádně najíst
- alkohol
- jiné

16. V kolika letech jsi poprvé menstruovala? Pokud byl tvůj cyklus uměle vyvolán, uveď to prosím.

Otvřená otázka

17. Je tvůj menstruační cyklus pravidelný?/Byl během tvé aktivní kariéry tvůj menstruační cyklus pravidelný?

Vyberte jednu z možností

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- jiné

18. Užívala jsi někdy během aktivní kariéry nějaké léky, ovlivňující tvůj menstruační cyklus?

Vyberte jednu z možností

- ne nikdy
- hormonální antikoncepce
- jiná hormonální léčba
- jiné

Příloha č. 2 – tabulka určující délku lyží vzhledem k tělesné hmotnosti a výšce závodníka (FIS, 2020)

**Measurement table for ski length and weight – BMI 21.0 – WOMEN and MEN
(valid from summer 2018)**

Body Height	A		B		C		D		E		F	
	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length
BMI / %	21.000	145.0	20.875	144.5	20.750	144.0	20.625	143.5	20.500	143.0	20.375	142.5
cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm
140	41.2	203	40.9	202	40.7	202	40.4	201	40.2	200	39.9	200
141	41.8	204	41.5	204	41.3	203	41.0	202	40.8	202	40.5	201
142	42.3	206	42.1	205	41.8	204	41.6	204	41.3	203	41.1	202
143	42.9	207	42.7	207	42.4	206	42.2	205	41.9	204	41.7	204
144	43.5	209	43.3	208	43.0	207	42.8	207	42.5	206	42.2	205
145	44.2	210	43.9	210	43.6	209	43.4	208	43.1	207	42.8	207
146	44.8	212	44.5	211	44.2	210	44.0	210	43.7	209	43.4	208
147	45.4	213	45.1	212	44.8	212	44.6	211	44.3	210	44.0	209
148	46.0	215	45.7	214	45.5	213	45.2	212	44.9	212	44.6	211
149	46.6	216	46.3	215	46.1	215	45.8	214	45.5	213	45.2	212
150	47.3	218	47.0	217	46.7	216	46.4	215	46.1	215	45.8	214
151	47.9	219	47.6	218	47.3	217	47.0	217	46.7	216	46.5	215
152	48.5	220	48.2	220	47.9	219	47.7	218	47.4	217	47.1	217
153	49.2	222	48.9	221	48.6	220	48.3	220	48.0	219	47.7	218
154	49.8	223	49.5	223	49.2	222	48.9	221	48.6	220	48.3	219
155	50.5	225	50.2	224	49.9	223	49.6	222	49.3	222	49.0	221
156	51.1	226	50.8	225	50.5	225	50.2	224	49.9	223	49.6	222
157	51.8	228	51.5	227	51.1	226	50.8	225	50.5	225	50.2	224
158	52.4	229	52.1	228	51.8	228	51.5	227	51.2	226	50.9	225
159	53.1	231	52.8	230	52.5	229	52.1	228	51.8	227	51.5	227
160	53.8	232	53.4	231	53.1	230	52.8	230	52.5	229	52.2	228
161	54.4	233	54.1	233	53.8	232	53.5	231	53.1	230	52.8	229
162	55.1	235	54.8	234	54.5	233	54.1	232	53.8	232	53.5	231
163	55.8	236	55.5	236	55.1	235	54.8	234	54.5	233	54.1	232
164	56.5	238	56.1	237	55.8	236	55.5	235	55.1	235	54.8	234
165	57.2	239	56.8	238	56.5	238	56.2	237	55.8	236	55.5	235
166	57.9	241	57.5	240	57.2	239	56.8	238	56.5	237	56.1	237
167	58.6	242	58.2	241	57.9	240	57.5	240	57.2	239	56.8	238
168	59.3	244	58.9	243	58.6	242	58.2	241	57.9	240	57.5	239
169	60.0	245	59.6	244	59.3	243	58.9	243	58.6	242	58.2	241
170	60.7	247	60.3	246	60.0	245	59.6	244	59.2	243	58.9	242
171	61.4	248	61.0	247	60.7	246	60.3	245	59.9	245	59.6	244
172	62.1	249	61.8	249	61.4	248	61.0	247	60.6	246	60.3	245
173	62.9	251	62.5	250	62.1	249	61.7	248	61.4	247	61.0	247
174	63.6	252	63.2	251	62.8	251	62.4	250	62.1	249	61.7	248
175	64.3	254	63.9	253	63.5	252	63.2	251	62.8	250	62.4	249
176	65.0	255	64.7	254	64.3	253	63.9	253	63.5	252	63.1	251
177	65.8	257	65.4	256	65.0	255	64.6	254	64.2	253	63.8	252
178	66.5	258	66.1	257	65.7	256	65.3	255	65.0	255	64.6	254
179	67.3	260	66.9	259	66.5	258	66.1	257	65.7	256	65.3	255
180	68.0	261	67.6	260	67.2	259	66.8	258	66.4	257	66.0	257
181	68.8	262	68.4	262	68.0	261	67.6	260	67.2	259	66.8	258
182	69.6	264	69.1	263	68.7	262	68.3	261	67.9	260	67.5	259
183	70.3	265	69.9	264	69.5	264	69.1	263	68.7	262	68.2	261
184	71.1	267	70.7	266	70.3	265	69.8	264	69.4	263	69.0	262
185	71.9	268	71.4	267	71.0	266	70.6	265	70.2	265	69.7	264
186	72.7	270	72.2	269	71.8	268	71.4	267	70.9	266	70.5	265
187	73.4	271	73.0	270	72.6	269	72.1	268	71.7	267	71.2	266
188	74.2	273	73.8	272	73.3	271	72.9	270	72.5	269	72.0	268
189	75.0	274	74.6	273	74.1	272	73.7	271	73.2	270	72.8	269
190	75.8	276	75.4	275	74.9	274	74.5	273	74.0	272	73.6	271
191	76.6	277	76.2	276	75.7	275	75.2	274	74.8	273	74.3	272
192	77.4	278	77.0	277	76.5	276	76.0	276	75.6	275	75.1	274
193	78.2	280	77.8	279	77.3	278	76.8	277	76.4	276	75.9	275
194	79.0	281	78.6	280	78.1	279	77.6	278	77.2	277	76.7	276
195	79.9	283	79.4	282	78.9	281	78.4	280	78.0	279	77.5	278
196	80.7	284	80.2	283	79.7	282	79.2	281	78.8	280	78.3	279
197	81.5	286	81.0	285	80.5	284	80.0	283	79.6	282	79.1	281
198	82.3	287	81.8	286	81.3	285	80.9	284	80.4	283	79.9	282
199	83.2	289	82.7	288	82.2	287	81.7	286	81.2	285	80.7	284
200	84.0	290	83.5	289	83.0	288	82.5	287	82.0	286	81.5	285

**Measurement table for ski length and weight – BMI 21.0 – WOMEN and MEN
(valid from summer 2018)**

Body Height	G		H		I		J		K		L	
	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length
BMI / %	20.250	142.0	20.125	141.5	20.000	141.0	19.875	140.5	19.750	140.0	19.625	139.5
cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm
140	39.7	199	39.4	198	39.2	197	39.0	197	38.7	196	38.5	195
141	40.3	200	40.0	200	39.8	199	39.5	198	39.3	197	39.0	197
142	40.8	202	40.6	201	40.3	200	40.1	200	39.8	199	39.6	198
143	41.4	203	41.2	202	40.9	202	40.6	201	40.4	200	40.1	199
144	42.0	204	41.7	204	41.5	203	41.2	202	41.0	202	40.7	201
145	42.6	206	42.3	205	42.1	204	41.8	204	41.5	203	41.3	202
146	43.2	207	42.9	207	42.6	206	42.4	205	42.1	204	41.8	204
147	43.8	209	43.5	208	43.2	207	42.9	207	42.7	206	42.4	205
148	44.4	210	44.1	209	43.8	209	43.5	208	43.3	207	43.0	206
149	45.0	212	44.7	211	44.4	210	44.1	209	43.8	209	43.6	208
150	45.6	213	45.3	212	45.0	212	44.7	211	44.4	210	44.2	209
151	46.2	214	45.9	214	45.6	213	45.3	212	45.0	211	44.7	211
152	46.8	216	46.5	215	46.2	214	45.9	214	45.6	213	45.3	212
153	47.4	217	47.1	216	46.8	216	46.5	215	46.2	214	45.9	213
154	48.0	219	47.7	218	47.4	217	47.1	216	46.8	216	46.5	215
155	48.7	220	48.4	219	48.1	219	47.7	218	47.4	217	47.1	216
156	49.3	222	49.0	221	48.7	220	48.4	219	48.1	218	47.8	218
157	49.9	223	49.6	222	49.3	221	49.0	221	48.7	220	48.4	219
158	50.6	224	50.2	224	49.9	223	49.6	222	49.3	221	49.0	220
159	51.2	226	50.9	225	50.6	224	50.2	223	49.9	223	49.6	222
160	51.8	227	51.5	226	51.2	226	50.9	225	50.6	224	50.2	223
161	52.5	229	52.2	228	51.8	227	51.5	226	51.2	225	50.9	225
162	53.1	230	52.8	229	52.5	228	52.2	228	51.8	227	51.5	226
163	53.8	231	53.5	231	53.1	230	52.8	229	52.5	228	52.1	227
164	54.5	233	54.1	232	53.8	231	53.5	230	53.1	230	52.8	229
165	55.1	234	54.8	233	54.5	233	54.1	232	53.8	231	53.4	230
166	55.8	236	55.5	235	55.1	234	54.8	233	54.4	232	54.1	232
167	56.5	237	56.1	236	55.8	235	55.4	235	55.1	234	54.7	233
168	57.2	239	56.8	238	56.4	237	56.1	236	55.7	235	55.4	234
169	57.8	240	57.5	239	57.1	238	56.8	237	56.4	237	56.1	236
170	58.5	241	58.2	241	57.8	240	57.4	239	57.1	238	56.7	237
171	59.2	243	58.8	242	58.5	241	58.1	240	57.8	239	57.4	239
172	59.9	244	59.5	243	59.2	243	58.8	242	58.4	241	58.1	240
173	60.6	246	60.2	245	59.9	244	59.5	243	59.1	242	58.7	241
174	61.3	247	60.9	246	60.6	245	60.2	244	59.8	244	59.4	243
175	62.0	249	61.6	248	61.3	247	60.9	246	60.5	245	60.1	244
176	62.7	250	62.3	249	62.0	248	61.6	247	61.2	246	60.8	246
177	63.4	251	63.0	250	62.7	250	62.3	249	61.9	248	61.5	247
178	64.2	253	63.8	252	63.4	251	63.0	250	62.6	249	62.2	248
179	64.9	254	64.5	253	64.1	252	63.7	251	63.3	251	62.9	250
180	65.6	256	65.2	255	64.8	254	64.4	253	64.0	252	63.6	251
181	66.3	257	65.9	256	65.5	255	65.1	254	64.7	253	64.3	252
182	67.1	258	66.7	258	66.2	257	65.8	256	65.4	255	65.0	254
183	67.8	260	67.4	259	67.0	258	66.6	257	66.1	256	65.7	255
184	68.6	261	68.1	260	67.7	259	67.3	259	66.9	258	66.4	257
185	69.3	263	68.9	262	68.5	261	68.0	260	67.6	259	67.2	258
186	70.1	264	69.6	263	69.2	262	68.8	261	68.3	260	67.9	259
187	70.8	266	70.4	265	69.9	264	69.5	263	69.1	262	68.6	261
188	71.6	267	71.1	266	70.7	265	70.2	264	69.8	263	69.4	262
189	72.3	268	71.9	267	71.4	266	71.0	266	70.5	265	70.1	264
190	73.1	270	72.7	269	72.2	268	71.7	267	71.3	266	70.8	265
191	73.9	271	73.4	270	73.0	269	72.5	268	72.0	267	71.6	266
192	74.6	273	74.2	272	73.7	271	73.3	270	72.8	269	72.3	268
193	75.4	274	75.0	273	74.5	272	74.0	271	73.6	270	73.1	269
194	76.2	275	75.7	275	75.3	274	74.8	273	74.3	272	73.9	271
195	77.0	277	76.5	276	76.1	275	75.6	274	75.1	273	74.6	272
196	77.8	278	77.3	277	76.8	276	76.4	275	75.9	274	75.4	273
197	78.6	280	78.1	279	77.6	278	77.1	277	76.6	276	76.2	275
198	79.4	281	78.9	280	78.4	279	77.9	278	77.4	277	76.9	276
199	80.2	283	79.7	282	79.2	281	78.7	280	78.2	279	77.7	278
200	81.0	284	80.5	283	80.0	282	79.5	281	79.0	280	78.5	279

**Measurement table for ski length and weight – BMI 21.0 – WOMEN and MEN
(valid from summer 2018)**

Body Height	M		N		O		P		Q		R	
	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length
BMI / %	19.500	139.0	19.375	138.5	19.250	138.0	19.125	137.5	19.000	137.0	18.875	136.5
cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm
140	38.2	195	38.0	194	37.7	193	37.5	193	37.2	192	37.0	191
141	38.8	196	38.5	195	38.3	195	38.0	194	37.8	193	37.5	192
142	39.3	197	39.1	197	38.8	196	38.6	195	38.3	195	38.1	194
143	39.9	199	39.6	198	39.4	197	39.1	197	38.9	196	38.6	195
144	40.4	200	40.2	199	39.9	199	39.7	198	39.4	197	39.1	197
145	41.0	202	40.7	201	40.5	200	40.2	199	39.9	199	39.7	198
146	41.6	203	41.3	202	41.0	201	40.8	201	40.5	200	40.2	199
147	42.1	204	41.9	204	41.6	203	41.3	202	41.1	201	40.8	201
148	42.7	206	42.4	205	42.2	204	41.9	204	41.6	203	41.3	202
149	43.3	207	43.0	206	42.7	206	42.5	205	42.2	204	41.9	203
150	43.9	209	43.6	208	43.3	207	43.0	206	42.8	206	42.5	205
151	44.5	210	44.2	209	43.9	208	43.6	208	43.3	207	43.0	206
152	45.1	211	44.8	211	44.5	210	44.2	209	43.9	208	43.6	207
153	45.6	213	45.4	212	45.1	211	44.8	210	44.5	210	44.2	209
154	46.2	214	45.9	213	45.7	213	45.4	212	45.1	211	44.8	210
155	46.8	215	46.5	215	46.2	214	45.9	213	45.6	212	45.3	212
156	47.5	217	47.2	216	46.8	215	46.5	215	46.2	214	45.9	213
157	48.1	218	47.8	217	47.4	217	47.1	216	46.8	215	46.5	214
158	48.7	220	48.4	219	48.1	218	47.7	217	47.4	216	47.1	216
159	49.3	221	49.0	220	48.7	219	48.3	219	48.0	218	47.7	217
160	49.9	222	49.6	222	49.3	221	49.0	220	48.6	219	48.3	218
161	50.5	224	50.2	223	49.9	222	49.6	221	49.2	221	48.9	220
162	51.2	225	50.8	224	50.5	224	50.2	223	49.9	222	49.5	221
163	51.8	227	51.5	226	51.1	225	50.8	224	50.5	223	50.1	222
164	52.4	228	52.1	227	51.8	226	51.4	226	51.1	225	50.8	224
165	53.1	229	52.7	229	52.4	228	52.1	227	51.7	226	51.4	225
166	53.7	231	53.4	230	53.0	229	52.7	228	52.4	227	52.0	227
167	54.4	232	54.0	231	53.7	230	53.3	230	53.0	229	52.6	228
168	55.0	234	54.7	233	54.3	232	54.0	231	53.6	230	53.3	229
169	55.7	235	55.3	234	55.0	233	54.6	232	54.3	232	53.9	231
170	56.4	236	56.0	235	55.6	235	55.3	234	54.9	233	54.5	232
171	57.0	238	56.7	237	56.3	236	55.9	235	55.6	234	55.2	233
172	57.7	239	57.3	238	56.9	237	56.6	237	56.2	236	55.8	235
173	58.4	240	58.0	240	57.6	239	57.2	238	56.9	237	56.5	236
174	59.0	242	58.7	241	58.3	240	57.9	239	57.5	238	57.1	238
175	59.7	243	59.3	242	59.0	242	58.6	241	58.2	240	57.8	239
176	60.4	245	60.0	244	59.6	243	59.2	242	58.9	241	58.5	240
177	61.1	246	60.7	245	60.3	244	59.9	243	59.5	242	59.1	242
178	61.8	247	61.4	247	61.0	246	60.6	245	60.2	244	59.8	243
179	62.5	249	62.1	248	61.7	247	61.3	246	60.9	245	60.5	244
180	63.2	250	62.8	249	62.4	248	62.0	248	61.6	247	61.2	246
181	63.9	252	63.5	251	63.1	250	62.7	249	62.2	248	61.8	247
182	64.6	253	64.2	252	63.8	251	63.3	250	62.9	249	62.5	248
183	65.3	254	64.9	253	64.5	253	64.0	252	63.6	251	63.2	250
184	66.0	256	65.6	255	65.2	254	64.7	253	64.3	252	63.9	251
185	66.7	257	66.3	256	65.9	255	65.5	254	65.0	253	64.6	253
186	67.5	259	67.0	258	66.6	257	66.2	256	65.7	255	65.3	254
187	68.2	260	67.8	259	67.3	258	66.9	257	66.4	256	66.0	255
188	68.9	261	68.5	260	68.0	259	67.6	259	67.2	258	66.7	257
189	69.7	263	69.2	262	68.8	261	68.3	260	67.9	259	67.4	258
190	70.4	264	69.9	263	69.5	262	69.0	261	68.6	260	68.1	259
191	71.1	265	70.7	265	70.2	264	69.8	263	69.3	262	68.9	261
192	71.9	267	71.4	266	71.0	265	70.5	264	70.0	263	69.6	262
193	72.6	268	72.2	267	71.7	266	71.2	265	70.8	264	70.3	263
194	73.4	270	72.9	269	72.4	268	72.0	267	71.5	266	71.0	265
195	74.1	271	73.7	270	73.2	269	72.7	268	72.2	267	71.8	266
196	74.9	272	74.4	271	74.0	270	73.5	270	73.0	269	72.5	268
197	75.7	274	75.2	273	74.7	272	74.2	271	73.7	270	73.3	269
198	76.4	275	76.0	274	75.5	273	75.0	272	74.5	271	74.0	270
199	77.2	277	76.7	276	76.2	275	75.7	274	75.2	273	74.7	272
200	78.0	278	77.5	277	77.0	276	76.5	275	76.0	274	75.5	273

**Measurement table for ski length and weight – BMI 21.0 – WOMEN and MEN
(valid from summer 2018)**

Body Height	S		T		U		V		Z	
	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length	Weight with suit	Ski length
BMI / %	18.750	136.0	18.625	135.5	18.500	135.0	18.375	134.5	18.250	134.0
cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm
140	36.8	190	36.5	190	36.3	189	36.0	188	35.8	188
141	37.3	192	37.0	191	36.8	190	36.5	190	36.3	189
142	37.8	193	37.6	192	37.3	192	37.1	191	36.8	190
143	38.3	194	38.1	194	37.8	193	37.6	192	37.3	192
144	38.9	196	38.6	195	38.4	194	38.1	194	37.8	193
145	39.4	197	39.2	196	38.9	196	38.6	195	38.4	194
146	40.0	199	39.7	198	39.4	197	39.2	196	38.9	196
147	40.5	200	40.2	199	40.0	198	39.7	198	39.4	197
148	41.1	201	40.8	201	40.5	200	40.2	199	40.0	198
149	41.6	203	41.3	202	41.1	201	40.8	200	40.5	200
150	42.2	204	41.9	203	41.6	203	41.3	202	41.1	201
151	42.8	205	42.5	205	42.2	204	41.9	203	41.6	202
152	43.3	207	43.0	206	42.7	205	42.5	204	42.2	204
153	43.9	208	43.6	207	43.3	207	43.0	206	42.7	205
154	44.5	209	44.2	209	43.9	208	43.6	207	43.3	206
155	45.0	211	44.7	210	44.4	209	44.1	208	43.8	208
156	45.6	212	45.3	211	45.0	211	44.7	210	44.4	209
157	46.2	214	45.9	213	45.6	212	45.3	211	45.0	210
158	46.8	215	46.5	214	46.2	213	45.9	213	45.6	212
159	47.4	216	47.1	215	46.8	215	46.5	214	46.1	213
160	48.0	218	47.7	217	47.4	216	47.0	215	46.7	214
161	48.6	219	48.3	218	48.0	217	47.6	217	47.3	216
162	49.2	220	48.9	220	48.6	219	48.2	218	47.9	217
163	49.8	222	49.5	221	49.2	220	48.8	219	48.5	218
164	50.4	223	50.1	222	49.8	221	49.4	221	49.1	220
165	51.0	224	50.7	224	50.4	223	50.0	222	49.7	221
166	51.7	226	51.3	225	51.0	224	50.6	223	50.3	222
167	52.3	227	51.9	226	51.6	225	51.2	225	50.9	224
168	52.9	228	52.6	228	52.2	227	51.9	226	51.5	225
169	53.6	230	53.2	229	52.8	228	52.5	227	52.1	226
170	54.2	231	53.8	230	53.5	230	53.1	229	52.7	228
171	54.8	233	54.5	232	54.1	231	53.7	230	53.4	229
172	55.5	234	55.1	233	54.7	232	54.4	231	54.0	230
173	56.1	235	55.7	234	55.4	234	55.0	233	54.6	232
174	56.8	237	56.4	236	56.0	235	55.6	234	55.3	233
175	57.4	238	57.0	237	56.7	236	56.3	235	55.9	235
176	58.1	239	57.7	238	57.3	238	56.9	237	56.5	236
177	58.7	241	58.4	240	58.0	239	57.6	238	57.2	237
178	59.4	242	59.0	241	58.6	240	58.2	239	57.8	239
179	60.1	243	59.7	243	59.3	242	58.9	241	58.5	240
180	60.8	245	60.3	244	59.9	243	59.5	242	59.1	241
181	61.4	246	61.0	245	60.6	244	60.2	243	59.8	243
182	62.1	248	61.7	247	61.3	246	60.9	245	60.5	244
183	62.8	249	62.4	248	62.0	247	61.5	246	61.1	245
184	63.5	250	63.1	249	62.6	248	62.2	247	61.8	247
185	64.2	252	63.7	251	63.3	250	62.9	249	62.5	248
186	64.9	253	64.4	252	64.0	251	63.6	250	63.1	249
187	65.6	254	65.1	253	64.7	252	64.3	252	63.8	251
188	66.3	256	65.8	255	65.4	254	64.9	253	64.5	252
189	67.0	257	66.5	256	66.1	255	65.6	254	65.2	253
190	67.7	258	67.2	257	66.8	257	66.3	256	65.9	255
191	68.4	260	67.9	259	67.5	258	67.0	257	66.6	256
192	69.1	261	68.7	260	68.2	259	67.7	258	67.3	257
193	69.8	262	69.4	262	68.9	261	68.4	260	68.0	259
194	70.6	264	70.1	263	69.6	262	69.2	261	68.7	260
195	71.3	265	70.8	264	70.3	263	69.9	262	69.4	261
196	72.0	267	71.5	266	71.1	265	70.6	264	70.1	263
197	72.8	268	72.3	267	71.8	266	71.3	265	70.8	264
198	73.5	269	73.0	268	72.5	267	72.0	266	71.5	265
199	74.3	271	73.8	270	73.3	269	72.8	268	72.3	267
200	75.0	272	74.5	271	74.0	270	73.5	269	73.0	268